



Как узнать, есть ли нарушения циркуляции энергии в теле или энергетический блок

На эмоциональном уровне

- грусть, скука, чувство одиночества
- чувство неуверенности в себе, страх будущего, страх что не справлюсь
- тревога, беспокойство
- гнев, чувство отвращения не принятия, человека или ситуации
- стыд, стеснение

На уровне мыслей

- мысль о том, что у меня это не получится, я этого не достоин, меня ни кто не любит, я ни кому не нужна / не нужен, моя жизнь пустая
- другие всегда имеют то, что хотят, но не я, другие не достаточно обо мне заботятся
- жизнь опасна, ни кому доверять нельзя, нужно быть всегда на чеку
- никому нет дела до того, что я делаю, с меня хватит

я не могу измениться в своей жизни

На физическом уровне

недостаточно энергии для действий, не доделываю дела до конца

быстро устаю, сонливость

суета в движениях, нетерпение, хвататься за все подряд, напряжения в теле

я скорее промолчу и уйду, чем буду выяснять отношения

частые головные боли, мигрени, болезни органов

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?